

表3 体格区分別 妊娠全期間を通しての推奨体重増加量

体格区分	推奨体重増加量
低体重 (やせ) : BMI18.5 未満	9~12kg
ふ つ う : BMI18.5 以上 25.0 未満	7~12kg ^{#1}
肥 満 : BMI25.0 以上	個別対応 ^{#2}

・ 体格区分は非妊娠時の体格による。

・ BMI (Body Mass Index) : 体重(kg)/身長(m)²

^{#1} 体格区分が「ふつう」の場合、BMI が「低体重 (やせ)」に近い場合には推奨体重増加量の上限側に近い範囲を、「肥満」に近い場合には推奨体重増加量の下限側に低い範囲を推奨することが望ましい。

^{#2} BMI が 25.0 をやや超える程度の場合は、おおよそ 5kg を目安とし、著しく超える場合には、他のリスク等を考慮しながら、臨床的な状況を踏まえ、個別に対応していく。

表4 体格区分別 妊娠中期から末期における1週間あたりの推奨体重増加量

体格区分	1週間あたりの推奨体重増加量
低体重 (やせ) : BMI18.5 未満	0.3~0.5kg/週
ふ つ う : BMI18.5 以上 25.0 未満	0.3~0.5kg/週
肥 満 : BMI25.0 以上	個別対応

・ 体格区分は非妊娠時の体格による。

・ BMI (Body Mass Index) : 体重(kg)/身長(m)²

・ 妊娠初期については体重増加に関する利用可能なデータが乏しいことなどから、1週間あたりの推奨体重増加量の目安を示していないため、つわりなどの臨床的な状況を踏まえ、個別に対応していく。